

## ¿Qué son las chinches?

Las chinches son insectos que se alimentan de sangre humana o animal, y sus picaduras causan reacciones en la piel.

Las chinches prosperan en ambientes cálidos y oscuros, y a menudo viven en colchones, muebles, pisos y paredes, comúnmente en hoteles, moteles, albergues, refugios u otros lugares de alta ocupación. Las chinches están activas por la noche y se sienten atraídas a sus anfitriones por su temperatura corporal y el dióxido de carbono que exhalan.<sup>1</sup>

### Signos y síntomas de infestación de chinches

Las picaduras de chinches causan múltiples protuberancias rojas y con picazón en áreas expuestas del cuerpo como la cabeza, el cuello, los brazos y las piernas. Las protuberancias pueden dejar una marca de picadura de color rojo oscuro en el centro y pueden estar organizadas en grupo o línea, a veces llamado el signo de “desayuno, almuerzo y cena”. Algunas picaduras pueden causar ampollas, probablemente debido a las proteínas liberadas en la saliva de las chinches durante la alimentación. Aunque las chinches no propagan enfermedades infecciosas, sus picaduras pueden causar anemia, alteraciones del sueño y angustia psicológica. La infestación de chinches también se asocia con ansiedad y depresión.

### ¿Cómo se diagnostica la infestación de chinches?

La infestación de chinches puede diagnosticarse en función del historial, los hallazgos en la piel y la inspección ambiental. Las chinches son nocturnas, por lo que una inspección cuidadosa de las habitaciones para dormir, los muebles o los orificios en el piso y las paredes durante la noche puede ayudar a detectar estos insectos. Los expertos en manejo de plagas pueden realizar inspecciones visuales o usar perros entrenados para identificar el olor de las chinches. Además, la infestación de chinches se puede identificar con monitores de chinches pasivos, que son pequeñas trampas mecánicas, o monitores de chinches activos, que son pequeños dispositivos que atraen a las chinches con calor o dióxido de carbono.

### ¿Cómo se tratan las picaduras de chinches?

En general, las reacciones cutáneas a las picaduras de chinches se resuelven en aproximadamente 1 semana sin tratamiento. Los corticosteroides tópicos a menudo son útiles para controlar los síntomas de picazón, aunque las personas con picazón intensa pueden recibir medicamentos orales, como antihistamínicos o gabapentinoides. Las infecciones bacterianas que surjan de rascarse intensamente pueden tratarse con antibióticos tópicos u orales.

### ¿Cómo se erradican las chinches?

Debido a que la erradicación de las chinches del ambiente es un desafío, los profesionales en el manejo de plagas están mejor equipados para manejar las infestaciones. Estos expertos pueden aplicar calor extremo (la exposición a temperaturas de 113 °F a 118 °F durante 1 hora mata todas las etapas del ciclo de vida de la chinche) o temperaturas de congelación a elementos infestados o a habitaciones enteras, así como el lavado, la aspiración y el uso de insecticidas. Es posible que los profesionales en el manejo de plagas necesiten usar combinaciones de insecticidas porque,

**Las chinches** son insectos que se alimentan de sangre humana. A menudo viven en casas y hoteles, en colchones, pisos, muebles y paredes, y están activas por la noche.

**PRIMER PLANO DE LA COSTURA DEL COLCHÓN**

Las picaduras de chinches son protuberancias rojas y con comezón que:

- A menudo aparecen en la cabeza, el cuello, los brazos y las piernas.
- Pueden dejar una marca de picadura de color rojo oscuro en el centro.
- Pueden ocurrir en grupo o en una línea de protuberancias (signo de “desayuno, almuerzo y cena”).

Algunas picaduras pueden causar ampollas.

Las reacciones en la piel generalmente se resuelven en 1 semana. Se pueden usar esteroides tópicos para la picazón. La picazón intensa se puede tratar con medicamentos orales (antihistamínicos o gabapentinoides).

**Las chinches son difíciles de erradicar sin la ayuda de servicios profesionales de control de plagas.**

La inspección visual puede ser más efectiva durante la noche que durante el día.

**Medidas de exterminación profesional**

- Aplicación de calor extremo o temperaturas de congelación a áreas y artículos infestados
- Lavar y aspirar
- Perros entrenados y trampas para chinches
- Uso de insecticida

Para reducir el riesgo de una infestación de chinches, inspeccione cuidadosamente las habitaciones de hotel, el equipaje, los nuevos espacios habitables y los muebles usados.

[firma]

en algunas áreas, las chinches se han vuelto resistentes a ciertos insecticidas. La erradicación de las chinches puede requerir visitas repetidas del equipo de manejo de plagas, y el costo puede ser alto: alrededor de \$1,225 para una casa unifamiliar. En EE. UU., 21 estados actualmente tienen leyes que declaran a los propietarios y hoteles responsables de la erradicación de las chinches.

### ¿Cómo se puede prevenir la infestación de chinches?

Para reducir el riesgo de infestación de chinches, las personas deben inspeccionar cuidadosamente las viviendas nuevas, las habitaciones de hotel y el equipaje cuando se mudan o viajan. Los muebles usados deben aislarse y examinarse minuciosamente antes de su uso. En muchas ciudades de EE. UU., los arrendadores deben informar a los futuros inquilinos sobre infestaciones previas de chinches.

#### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

American Academy of Dermatology (Academia Americana de Dermatología)

**Autora:** Rebecca Voelker, MSJ

**Publicado en línea:** 30 de enero de 2025.  
doi:10.1001/jama.2024.23447

**Afiliaciones de la autora:** escritora colaboradora, JAMA.

**Divulgaciones relacionadas con conflictos de intereses:** no se informó ninguna.

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con la afección médica que usted tiene, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden descargar o fotocopiar esta hoja

con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a [reprints@jamanetwork.com](mailto:reprints@jamanetwork.com).

1. Thomas C, Castillo Valladares H, Berger TG, Chang AY. Scabies, bedbug, and body lice infestations: a review. *JAMA*. 2024;332(14):1189-1199. doi:10.1001/jama.2024.13896